ORUÇ

(savm, siyam)

Oruç anlamındaki siyam ve savm, Kur'an'da türevleri ile birlikte 14 yerde geçer. En çok geçen, siyam şekli olup 8 ayette kullanılmıştır.

Lügat itibariyle savm ve siyam, yeme, konuşma ve yürüme gibi fiillerden el çekmektir. Yürümeyen ata, durgun su ve rüzgâra sâim denir. Konuşmamaya da savm dendiği olur. (bk. Meryem suresi, 26)

BİR BESLENME EĞİTİMİ OLARAK ORUÇ

Açlık, hak gaspının, sömürü ve baskının sonucu olduğunda insanı kin ve düşmanlığa, o da kavgaya, kavganın tarafları arasında kuvvet farkı olduğunda ise zayıf tarafı teröre iter. Bu bir varlık kanunudur.

Aynı açlık, elindeki nimet ve imkânları kendi özgür iradesiyle kullanmayan veya sınırlı kullanan bir insan söz konusu olduğunda çok farklı bir manzaraya vücut verir. Bu durumda açlık, inançlar uğruna direnişten maceraya, başkaları adına fedakârlıktan ibadete kadar bir dizi olumlu değere konu olacaktır. Yani açlık hukuksal, sosyolojik ve genelde tıbbî boyutuyla olumsuz bir olgu iken, mistik, estetik ve bazen tıbbî anlamda pozitif bir değer olabilmektedir.

Son yüzyılda, açlığın pozitif yönü üzerinde duran tabip-düşünürler sadece Doğu'dan değil, Batı'dan da çıkmıştır; hatta daha çok Batı'dan çıkmıştır. Nobel Ödülü sahibi tabip-düşünür Alexis Carrel (ölm. 1944) bu tip Batılı düşünürlerin en dikkat çekenlerinden biridir. Onun ünlü eseri *L'Homme cet Inconnu* (İnsan Denen Meçhul); az yemenin, buna bağlı olarak orucun yararları

konusunda en değerli bilgileri veren eserlerden biridir.

Dinler; açlığın, andığımız iki görünümünden de bahsederler:

Zulme uğradığı için yiyemeyenlerin açlığı zulüm, bulduğu halde yemeyenlerin açlığı erdemdir.

İslam düşünce tarihinde özellikle tasavvuf, az yemenin, açlığın erdirici rolü üzerinde, çoğu noktaları henüz yeni yeni fark edilmeye başlanan hayranlık verici tespitler yapmıştır. İranlı düşünür Sâdî (ölm. 1291), günde üç kez yiyen adamla üç günde bir kez yiyen adamın hayat sahnesindeki dayanma ve değer üretme başarılarının aynı olamayacağına dikkat çeker. Sâdî ve benzerlerinin yaklaşımlarına ruh veren kaynak söz, Hz. Peygamber'in şu hadisidir:

"Oruç tutun, sağlıklı olursunuz!"

Dikkat edilirse Peygamber sözünde, ilk çağrışımları bakımından ürkütücü, aşırı disiplincilik ifade edici 'açlık' kelimesi kullanılmamış, onun yerine, açlığın sefalet ve zulüm görünümünden uzak, irade ürünü bir belirişi olan oruç kavramı gündeme getirilmiştir.

Özgür irade ürünü olan açlığın yapıcı-erdirici rolü üzerinde duran ciddî deneyleri ele alıp bunlardan bilimsel sonuçlar çıkaran etüdler arasında, Amerikalı bilim adamı Dr. Roy L. Walford'un makalesi dikkat çekicidir. California Üniversitesi profesörü ve ABD Bilimler Akademisi üyesi olan Walford, *Executive Health* dergisinin Eylül 1983 sayısında yayınlanan makalesinde az yemenin, açlığın sağlık üzerindeki olumlu etkilerini incelemiştir.

Açlığın bu anlamdaki etkilerini düşünce tarihinde ilk bilimsel incelemeye tâbi tutan düşünür, Müslüman tarihçi İbn Haldun'dur. İbn Haldun (ölm. 808/1405), ünlü Mukaddime'sinde, fikir tarihinde ilk kez, şunu savunuyor:

"İnsanlığın çok yemek yüzünden maruz kaldığı zararlar az yemek yüzünden uğradığı zararlardan daima azdır."

Ve yine İbn Haldun'a göre, kıtlık ve yoksulluk yılları, sağlıklı nesillerin yetişmesi bakımından bolluk ve israf yıllarından daha

şanslıdır. Yukarıda adını verdiğimiz Amerikalı bilim adamının makalesi şu başlığı taşıyor: *'Beslenmeye Bağlı Olarak Yaşlanmayı Geciktirme'*

Şimdi bu makaleyi, birkaç satırla özetleyelim:

"Ömrü uzatma arzusu, insanlığın ilk devirlerinden beri vardır. Efsaneler birçok hayat iksiri sunar. Faust, 24 yıl daha genç kalmak için ruhunu şeytana satar... Cornell Üniversitesi'nden McCay'in fareler üzerindeki deneylerinin sonuçları çok ilginçtir... McCay'ın deneyinde, normal beslenen farelerin hepsi 1000 (bin) günde ölmüş iken beslenmedeki kalorileri yüzde altmış azaltılmış fareler seks güçleri daha da artmış olarak çok daha uzun süre yaşamışlardır. Philadetphia Kanser Enstitüsü'nden Dr. Morris Ross'un deneylerinde ise bu koşullarda beslenen farelerin ömürlerinin yüzde altmış oranında arttığı görülmüştür... Bunu takiben, fareler her üç günde bir, 24 saat aç bırakılarak deney sürdürülmüş ve sonuçta ömür sürelerinin yüzde otuz daha arttığı görülmüştür... 24 saatlik ara sürelerle aç bırakılan tüm hayvanların kansere, böbrek ve kalp hastalıklarına, enfeksiyonlara, romatizmal rahatsızlıklara karşı direnç kazandıkları da belirlenmiştir. Tüm bu hayvanlarda seks gücünün de arttığı gözlenmiştir..."

Belirli bir süre yeme-içme-seks üçlüsünü durdurma şeklinde uygulanan orucun sağlık açısından değeri, tüm dinlerin bu disiplinden yararlanmadaki ortak tavırlarının hikmeti bu bilimsel deneylerle yeni anlam boyutları kazanıyor.

Fıkıh dilinde siyam ve savm, Allah rızası ve nefs terbiyesi için, yeme-içme ve cinsel ilişkiden, niyete bağlı olarak gün boyu uzak durmaktır. Buradaki gün boyu deyimi tartışmalıdır. Çünkü Kur'an'ın orucun başlama zamanını belirleyen ifadesi çok esnek olduğundan fıkıhçılar bu ayetin yorumunda çok farklı görüşler ileri sürmüşlerdir. Tartışmaya esas olan Bakara 187. ayet şöyledir:

"Oruç gecesi, kadınlarınıza cinsel yaklaşım size helal kılınmıştır. Onlar, sizin için giysidir/eştir, siz de onlar için giysisiniz/eşsiniz. Allah sizin, öz benliklerinize yazık etmekte olduğunuzu bilmiş, tövbelerinizi kabul edip sizi atfetmiştir. Artık şimdi onlara yaklaşın ve Allah'ın sizin için yazdığı şeyi arayın. Tan yerinin beyaz ipliği siyah ipliğinden sizce seçilinceye kadar yiyin için; sonra da orucu gece

oluncaya değin tamamlayın. Mescitlerde itikâfta bulunduğunuz sırada zevcelerinizle cinsel temas kurmayın. İşte bunlar, Allah'ın yasaklarıdır, bunlara yaklaşmayın. Allah, ayetlerini insanlara işte böyle açıklar ki korunabilsinler."

Tartışmanın ruhsat ve azimet alanları vücuda getiren ve Kur'an'ın daha birçok konuda benzerini sergilediği esnek ifade, buradaki 'şafağın beyaz ipliği siyah ipliğinden ayırt edilinceye değin yiyip için' sözüdür. (Bu ifadeden çıkan tartışmalar ve bu tartışmaların ortaya çıkardığı hüküm farkları için bk. Öztürk; *Kur'an'daki İslam,* ilgili ayetin yorumu)

İlgili rivayetleri Kur'an'ın hakemliğinde bir sonuca bağlarsak şunu söyleyeceğiz: Oruca başlamanın azîmet noktası şafak **soku-**munun ilk vakti, ruhsat noktası ise güneşin doğuşudur. Müslüman, bu iki nokta arasında kalmak şartıyla orucunu herhangi bir vakitten başlatabilecektir.

Oruçla ilgili düzenlemelerin en önemli kısmı Bakara suresi 183¬185. ayetlerde yer almaktadır:

"Ey iman sahipleri! Oruç sizden öncekiler üzerine yazıldığı gibi sizin üzerinize de yazılmıştır. Bu sayede korunmanız umulmaktadır. Sayılı günlerdir. Sizden kim hasta olur veya yolculuk halinde bulunursa tutamadığı gün sayısınca başka günlerde tutar. Oruca zorlukla dayananlar üzerine düşen, fidye olarak bir yoksulu doyurmaktır. Kim bir mecburiyeti olmaksızın içinden gelerek iyilik yaparsa bu onun için daha hayırlı olur. Ve oruç tutmanız, eğer bilirseniz, **si-**zin için daha hayırlıdır. Ramazan o aydır ki; insanlara kılavuz olan, iyi**-kötü** aynmryla hidayetten kanıtlar getiren Kur'an, onda indirilmiştir. O halde, bu aya ulaşanınız onu oruçlu geçirsin. Hasta olan veya yolculuk halinde bulunan, tutamadığı gün sayısınca başka günlerde tutsun. Allah sizin için kolaylık ister; O sizin için zorluk istemez. Tutulmamış olan günleri tamamlamanızı, sizi doğru yola kılavuzladığı için Allah'ı yüceltmenizi ister. Ve sizin şükretmeniz umulmaktadır."

Bu ayetlerde de önemli tartışmalara yol açan ifadeler vardır. Bu da gösterir ki Kur'an oruç konusunda da birtakım noktaları kurala bağlamaktan kaçınmış, bunları içtihada bırakarak, oruç emrinin zaman ve mekân şartlarına uygunluğunun sağlanmasına imkân vermiştir. Bu noktalan şöyle özetleyebiliriz.

Takat (güç) Meselesi:

Bakara 184. ayette 'yutîkûne' fiili geçiyor. Bunun Türkçesi, "Zorlukla yerine getirirler" demektir. Ayet, bu fiilin çoğul şeklini kullanarak şunu söylüyor:

"Orucu zorlukla yerine getirenlere düşen, fidye vermektir."

Burada, Kur'an tarafından getirilen bir ruhsat vardır. Bu ruhsatı kullanma, zamana ve şartlara göre belirlenecektir. Fidye vermeyi gerekli kılacak zorluğun ne olduğuna ise zorluğa muhatap olan karar verir. Büyük fıkıh bilgini Şâtıbî'nin dediği gibi: "Ruhsat izafîdir. Öyle olunca da, onu kullanan kişi kendi kendisinin fakîhi olacaktır." (bk. Şâtıbî; *el-Muvafakaat,* 1/309)

Fakîhler, birçok konuda olduğu gibi, burada da ayete getirdikleri yorumu, Kur'an'ın kesin emri gibi vermiş ve ayetin zamanüstülüğünü baltalamışlardır. Kur'an böyle dondurucu bir ifade kullanmıyor; her devri aynı kalıba sokan bir kural getirmek yerine her devrin farklı ihtiyacını karşılamaya uygun bir esnek ilke, bir ufuk çizgisi gösteriyor. Günümüzde fıkıh alanının önemli isimlerinden biri olan Hayreddin Karaman da, işçilerin oruçları konusunda adı geçen ayetin yorumundan çıkan hükümlerden herhangi birinin uygulanabileceği kanısındadır. Şöyle diyor:

"Ya rızık temini için yahut da esir veya hapiste bulunduklarından, ağır işlerde çalışmak mecburiyetinde kalan kimseler oruç tutarlarsa bir kısmı hastalanır. Oruç tuttukları takdirde hastalanacakları bilinen kimselerin durumu hastalar gibidir. Aynı durumda olan diğer işçiler ise hastalanmayabilirler; fakat bunlara da oruç tutmak çok zor gelir, büyük güçlük çekerler. İşte bu durumda olanlar hakkında iki görüş vardır:

"Birinci görüş: Böyle kimseler oruç tutmakla mükelleftirler, güçlük ve meşakkat, oruç tutmamaları için ruhsat sebebi olamaz. Hanefîlerin de dahil bulunduğu fukaha ekseriyeti bu görüştedir."

"İkinci görüş: Bu gibi kimseler oruç tutmayıp her gün için bir fidye verebilirler. Bu konudaki farklı görüşlerin mesnedi, Bakara suresinin 184. ayetinin farklı tefsiridir. "Oruca zorlukla dayanabilenler bir düşkünü doyuracak kadar fidye verir" mealindeki ayeti, birinci grup ya mensûh kabul etmiş yahut

da "yutîkûnehû" kelimesine 'gücü yetmeyen, dayanamayan' mânasını vermişlerdir."

"İkinci grup ise İbn Abbas'ın anlayışına dayanmışlardır. Ona göre, ayet mensûh değildir; orucu tutmaya gücü yetmekle beraber çok zorluk çeken kimseler ayetin şümulüne girer ve böyleleri oruç yerine fidye verirler. Günümüzde, bazı Ezher uleması bu görüşü tercih etmişlerdir." (Karaman; *İslam'ın Işığında Günün Meseleleri,* 1/110)

Fidye, oruçlunun, ailesine yedirdiği orta cins yemekten tam bir gün bir fakiri doyurmasıdır.

Kur'an'ın beyanlarından anlaşılıyor ki, orucun farz olanı, sadece Ramazan orucu değildir. Kazaya bırakılan Ramazan oruçlarıyla, kefaret olarak tutulması gereken oruçlar da farzdır, yani tutulmaları zorunlu kulluk borcudur. Ramazan orucunu özürleri yüzünden tutmayanların, sonraki günlerde bunları kaza edeceklerini yukarıda temel ayetlerde gördük. Kefaret olarak tutulacak oruçları ise Bakara 196, Nisa 92, Mâide 89, Mücâdile 4. ayetler düzenlemektedir, (bk. burada, Kefaret mad.)

Şunu da unutmamak gerekir: Geleneksel fıkıhta, Ramazan orucununun bozulmasına bir tür ceza olarak öngörülen 61 günlük kefâret-i savm (orucu bozma kefareti), Kur'an'da yoktur; fakîhler tarafından fetvalaştırılmıştır.

Hastaların ve Yolcuların Orucu:

Sağlığı yerinde olmayan veya yolculuk halinde bulunan kişilerin o halleri devam ettiği sürece oruçlarını bozmaları, dinen daha uygun bulunmuştur. Biz burada genel anlamda birtakım kuralları sıralamakla yetineceğiz.

1. Bir Müslüman hasta, oruç tuttuğu takdirde öleceğinden, ruhsal dengesinin bozulacağından, hastalığının artacağından veya uzayacağından endişe ederse, oruç tutmayacak, bu mazeretleri kalktığı zaman tutamadığı günleri kaza edecektir.

2. Hamile ve çocuk emziren kadınlar da kendisinin ve çocuğunun hayatını düşünerek oruçlarını tutmaz, bu halleri geçince tutamadıkları günleri kaza ederler. Çocuğun, kadının kendi çocuğu olmasıyla başka birinin çocuğu olması fark doğurmaz.

3. Âdet kanaması geçiren veya lohusalık halinde bulunan kadınlar da, o halleri geçinceye kadar oruç tutmayabilirler. Böyleleri, tutmadıkları gün sayısınca orucu, iyileştikleri zamanlarda tutacaklardır.

İğne yaptırmanın oruçla ilgisine gelince: Vitamin vs. cinsinden gıda hükmünde iğneler orucu bozar. Gıda hükmünde olmayanlar ise bozmaz. Çünkü bunlar üç yasak olan yeme-içme-cinsel temas dışında kalır.

Orucun Kutup Bölgelerinde nasıl tutulacağı da önemli sorulardan biridir. Bu konuda, ortak görüş şudur: Bu bölgelerde ibadetler, gündüz ve gecenin tam oluştuğu en yakın bölgedeki duruma göre ayarlanır veya 'vakti oluşmadığı' gerekçesiyle terk edilir.

Mideye su kaçırmamak şartıyla yıkanmak, yüzmek orucu bozmaz. Yıkanmanın akar suda, denizde veya başka türden bir suda olması fark yaratmaz. Kulağa su kaçması, oruca zarar vermez.

Sonuç olarak şunu söyleyeceğiz: Bütün dinlerin ortaklaşa ibadetlerinden biri de oruçtur. Bunun da ötesinde, oruç, insanlığın, dinler dışındaki birçok düşünce ve eğitim ekolünün başvurduğu temel uygulamalardan biridir. İnsan sağlığı ile ilgili sayısız yararları yanında diğer hiçbir disiplinde görülemeyen mistik, estetik, ahlaksal ve ruhsal faydaları, orucu insanlık tarihi boyunca her toplumun şöyle veya böyle, az veya çok uyguladığı bir ibadet ve tedavi şekli olarak yaşatmıştır. Yaratıcı Kudret ve yaradılış kanunları, orucu insan hayatının ayrılmaz bir disiplini olarak tespit etmiş bulunmaktadır.

Oruç, Hz. Peygamber'in Medine'ye hicretinden bir yıl sonra bir Şaban ayı farz kılınmış ve o günden beri yüzyıllardır bütün İslam âleminin yerine getirdiği kutsal bir ödev olarak yaşatılmıştır.